

Waarschuwing: een duiktabel kan helpen bij het voorkomen van decompressieziekte, maar kan geen garantie bieden. Duik conservatief en blij ruim binnen de aanbevolen limieten!

SCUBA
Courses & Publications **Duiktabel**

Begin hier
Tabel 1 – voor het vinden van de groep na de duik

Diepte	Tijd	US Navy limiet					Aanbevolen limiet														
		00	00	00	00	00	00	00	00	00											
12	5	15	25	30	40	50	70	80	100	110	130										
15	10	15	25	30	40	50	60	70	80	90											
18	10	15	20	25	30	40	50	55	60												
21	5	10	15	20	30	35	40	45	50												
24	5	10	15	20	25	30	35	40													
27	5	10	12	15	20	25	30														
30	5	7	10	15	20	22	25														
33	5	10	13	15	20	20															
36	5	10	12	15	15																
39	5	8	10																		
		A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K									
7	6	5	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3									
123	74	50	41	31	22	19	12	9	5	A	12:00 0:10	12:00 2:11	12:00 2:50	12:00 5:49	12:00 6:33	12:00 7:06	12:00 7:36	12:00 8:00	12:00 8:22	12:00 8:41	12:00 8:59
17	13	11	9	8	7	7	6	6	6	B	2:10 0:10	2:49	5:48	6:32	7:05	7:35	7:59	8:21	8:40	8:58	
113	67	44	36	27	18	15	9	6	6	C	1:39 0:10	2:38	3:22	3:57	4:25	4:49	5:12	5:40	5:48		
25	21	17	15	13	11	10	10	9	8	D	1:09 0:10	1:57	2:28	2:58	3:20	3:43	4:02	4:19			
105	59	38	30	22	14	12	5	5	5	E	0:54 0:10	1:29	1:59	2:23	2:44	3:04	3:21				
37	29	24	20	18	16	14	13	12	11	F	0:45 0:10	1:15	1:41	2:02	2:20	2:38					
93	51	31	25	17	9	8	8	8	8	G	0:40 0:10	1:07	1:30	1:47	2:03	2:19					
49	38	30	26	23	20	18	16	15	13	H	0:36 0:10	0:59	1:19	1:35	1:51						
81	42	25	19	12	5	4	4	4	4	I	0:33 0:10	0:54	1:11	1:27	1:42						
61	47	36	31	28	24	22	20	18	16	J	0:31 0:10	0:49	1:05	1:20	1:35						
69	33	19	14	7	7	7	7	7	7	K	0:28 0:10	0:44	1:00	1:15	1:30						
73	56	44	37	32	29	26	24	21	19												
57	24	11	8	8	8	8	8	8	8												
87	66	52	43	38	33	30	27	25	22												
43	14	14	14	14	14	14	14	14	14												
101	76	61	50	43	38	34	31	28	25												
29	4	4	4	4	4	4	4	4	4												
116	87	70	57	48	43	38	34	32	28												
14	14	14	14	14	14	14	14	14	14												
138	99	79	64	54	47	43	38	35	31												

Tabel 3 – de “straf tijd” voor de volgende duik

De tijd in de witte velden (minuten) is de straf tijd voor de stikstof in het lichaam. De tijd in het blauwe veld is de resterende tijd (minuten) tot de aanbevolen limiet.

Tabel 2 – voor de drukgroep na het oppervlakte-interval

De tijden in deze tabel zijn in uren: minuten. De tijd die je aan de oppervlakte blijft dient op of tussen de twee tijden in het vakje te vallen.

Een aantal aandachtspunten voor het gebruik van deze tabel:

<ul style="list-style-type: none"> • Gebruik de juiste of naast grotere tijd en diepte • Bereken koude en inspannende duiken 4 meter dieper dan ze werkelijk zijn • Ga niet binnen 12 uur vliegen of reizen naar grotere hoogte nadat je een enkele duik gemaakt hebt. Na meerdere duiken dien je tenminste 18 uur te wachten • Maak aan het einde van iedere duik een veiligheidsstop van 3 minuten op 5 meter diepte. Dit is vereist voor duiken binnen 5 minuten van de aanbevolen limiet en/of een diepte van 30 meter of meer • Gebruik deze tabel alleen voor duiken met lucht • Deze tabel is alleen geschikt voor sportduiken • Duiktijd = begin van de afdaling tot begin van de opstijging 	<ul style="list-style-type: none"> • Gebruik, indien mogelijk, altijd een duikcomputer • Tel de straf tijd bij de duiktijd op en gebruik de som om terug te keren naar tabel 1 • Voor duiken op hoogtes van 300 meter of meer boven de zeespiegel kan deze tabel niet zonder omrekenen gebruikt worden. Omrekening voorbehouden aan bergmeer duikers • Doe een nooddecompressie van 8 minuten op 5 meter diepte wanneer de aanbevolen duiktijd niet meer dan 5 minuten overschreden is. Voor een grotere overschrijding is een stop van tenminste 15 minuten nodig – doe dit nooit expres! • Stijg niet sneller op dan 18 meter per minuut • Voor herhalingsduiken is 30 meter de maximum diepte • Doe de diepste duik van de dag als eerste
---	---